

PERFIL NUTRICIONAL DOS COLABORADORES ATENDIDOS NO
PROJETO DE EXTENSÃO DA UNIFACIPLAC

NUTRITIONAL PROFILE OF CONTRIBUTORS ANTENDED IN
UNIFACIPLAC'S EXTENSION PROJECT

PERFIL NUTRICIONAL DE LOS COLABORADORES ATENDIDOS EN
EL PROYECTO DE EXTENSIÓN DE UNIFACIPLAC

Danielle Luz Gonçalves, Centro Universitário (UNIFACIPLAC)

danielle.barros@faciplac.edu.br

Paula Uessugue, Centro Universitário (UNIFACIPLAC)

puessugue@gmail.com

Katarine Ferreira, Centro Universitário (UNIFACIPLAC)

Katrine_fs@hotmail.com

Vitor Teixeira, Centro Universitário (UNIFACIPLAC)

nutrivitor@hotmail.com

Yuri Tavares Milhomem, Centro Universitário Luterano de Palmas (CEULP/ULBRA)

cmp.1e.yuri@gmail.com

Carolina de Oliveira Vogado, Centro Universitário (UNIFACIPLA)

Carol_vogado@yahoo.com.br

PALAVRAS-CHAVE: Bioimpedância; composição corporal, obesidade

O perfil epidemiológico da população brasileira mudou nos últimos anos devido às transformações demográficas, socioeconômicas e culturais. Houve uma diminuição da mortalidade devido às doenças infecciosas e um aumento devido às doenças cardiovasculares, neoplasias e causas externas além do crescimento de doenças crônicas não-transmissíveis. Atualmente a obesidade é considerada uma epidemia global que atinge tanto os países desenvolvidos quanto os que estão em desenvolvimento. A pessoa obesa além de ser

vulnerável a várias doenças crônicas não transmissíveis, enfrenta preconceitos, dificuldades em relacionamentos, vestuário, transporte e locomoção. Sentimentos de rejeição e vergonha são comuns, ficando também mais susceptível a desenvolver depressão emocional e outros distúrbios de comportamento e autoimagem devido à supervalorização da estética (FERREIRA *et al.*, 2017). Objetivo deste estudo foi identificar o perfil do percentual de gordura corporal realizado em uma balança octa-polar (Inbody 770) com os colaboradores da FACIPLAC (Faculdades Integradas da União Educacional do Planalto Central). A amostra foi de 167 colaboradores (40,1% de homens e 59,9% mulheres) com idade de 18 a 45 anos. As análises foram realizadas no centro clínico de nutrição no período de fevereiro a dezembro de 2018. Os voluntários assinaram o termo de consentimento, realizaram e fizeram a avaliação na bioimpedância em único momento. Após análise dos dados, verificou-se um percentual bastante significativo de indivíduos com percentual de gordura considerado abaixo da média, sendo (38%) nos homens e (43%) nas mulheres. Dados da OMS revelam que pelo menos 60% da população global não obedecem à recomendação mínima de 30 minutos diários de atividade física de intensidade moderada e que o risco de contrair doença cardiovascular aumenta 1,5 vezes nestas pessoas. Além disso, indivíduos com baixa escolaridade e baixo nível socioeconômico tendem a consumir dietas altamente calóricas, por serem mais baratas. Este tipo de dieta favorece o ganho de peso e precisa ser discutida entre a população a fim de mostrar a importância de se utilizar práticas alternativas na elaboração das refeições visando torná-las mais nutritivas e menos prejudiciais à saúde. Esses grupos populacionais devem ser alvo de estratégias com foco na promoção da saúde. Assim, todos passaram por uma triagem e foram atendidos pela equipe de nutrição a fim de melhorar esse quadro.

REFERÊNCIAS

FERREIRA, A. C. F. *et al.* Avaliação da autoimagem corporal e o comportamento alimentar de mulheres. *Rev Bras Nutr. Esportiva*, São Paulo, v. 11, n. 63, p. 252-258, maio/junho. 2017.